

# CLINICAL PILATES

Validità: da Settembre 2020 a Luglio 2021



Presso il nostro Centro la possibilità di partecipare a gruppi di lavoro di max 7-8 persone seguite da una Dottoressa in Fisioterapia. I corsi sono particolarmente indicati per persone con problematiche legate alla colonna (cervicalgie, scoliosi, lombalgie), tensioni muscolari di vario genere o alterazioni posturali. Le lezioni, coadiuvate dall'utilizzo di piccoli attrezzi, proprio per tali motivi, sono attentamente strutturate con esercizi atti ad alleviare e prevenire dolori in specifiche zone del corpo con esercizi di rinforzo muscolare, di stretching e mobilizzazione articolare.

L'iscrizione, con scadenza mensile, va fatta presso la nostra Segreteria.

Il Pagamento deve essere effettuato all'atto dell'iscrizione.

**CORSO MENSILE(5 LEZIONI): 60,00 Euro**

Le lezioni della durata di un'ora, si svolgono con frequenza settimanale, nei seguenti giorni ed orari:

LUNEDI'	- H 13.30 - 14.30
MARTEDI'	- H. 18.00 - 19.00 H 19.15 - 20.15
MERCOLEDI'	- H 15.00 - 16.00 H 18.00 - 19.00 H 19.10- 20.10
VENERDI'	- H 16.45 - 17.45 H 18.45 - 19.45

Sono necessari: telo, abbigliamento comodo e calze antiscivolo

**Informazioni presso il Centro Eubiotica 0521637365**

Direttore Sanitario Dottor Davide Angelucci